Syafri Muhammad Noor, Lc

تَذْكِرَةُ السَّامِعِ وَالْمُتَكَلِّمِ فِي أَدَبِ الْعَالِمِ وَالْمُتَعَلِّمِ

ADAB MURID TERHADAP DIRI SENDIRI

TERJEMAH

'Tadzkirotus Saami' Wal Mutakallim fii Adabil 'Alim wal Muta'allim

Imam Badruddin Ibnu Jamaah Al-Kinani Asy-Syafi'i

Perpustakaan Nasional : Katalog Dalam terbitan (KDT)
Adab Murid Terhadap Diri Sendiri
Penerjemah : Syafri Muhammad Noor, Lc
43 hlm

Judul Buku
Adab Murid Terhadap Diri Sendiri

Penerjemah
Syafri Muhammad Noor, Lc

Editor
Zaky Ahmad

Setting & Lay out
Kayyis

Desain Cover
Alfan

Penerbit
Rumah Fiqih Publishing
Jalan Karet Pedurenan no. 53 Kuningan
Setiabudi Jakarta Selatan 12940

Cetakan Pertama
23 April 2020

Daftar Isi

A. Penyucian Hati Dari Sifat Tercela

1. Bersihkan Hati

الأول: أن يطهر قلبه من كل غش ودنس وغلّ وحسد وسوء عقيدة وخلق؛ ليصلح بذلك لقبول العلم وحفظه والاطلاع على دقائق معانيه وحقائق غوامضه

__Pertama__, hendaknya membersihkan hati dari segala perbuatan curang, kotor, benci, dengki, akidah yang buruk dan perangai (budi pekerti) yang tidak baik; hal itu dilakukan untuk memperbaiki dalam menerima ilmu, menjaganya serta mengulas makna-maknanya secara detail dan hakikat-hakikatnya yang samar

2. Kedudukan Ilmu

فإن العلم كما قال بعضهم: صلاة السر وعبادة القلب وقربة الباطن،

Karena sebagaimana yang disampaikan oleh sebagian ulama bahwa ilmu itu adalah shalat yang tersembunyi, ibadah hati dan kedekatan batin

3. Syarat Menimba Ilmu

وكما لا تصلح الصلاة التي هي عبادة الجوارح الظاهرة

إلا بطهارة الظاهر من الحدث والخبث فكذلك لا يصح العلم الذي هو عبادة القلب إلا بطهارته عن خبث الصفات وحدث مساوئ الأخلاق ورديئها.

Sebagaimana tidak dibenarkan (tidak sah) shalat yang mana merupakan ibadah anggota tubuh yang nyata kecuali dengan kesucian fisik dari hadats dan najis, maka demikian juga dengan ilmu, yang mana merupakan ibadah hati, maka tidak dibenarkan menimbanya kecuali dalam keadaan suci dari sifat-sifat yang jelek, buruk dan akhlak yang hina.

4. Keberkahan Ilmu Karena Hati Yang Baik

وإذا طيب القلب للعلم ظهرت بركته ونما، كالأرض إذا طيبت للزرع نما زرعها وزكا

Jika hati sudah baik dalam menerima ilmu, maka nampak keberkahan ilmu itu dan juga perkembangannya, seperti tanah yang subur untuk bercocok tanam, maka tanamannya akan bertumbuh dan berkembang.

وفي الحديث: "إن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله وإذا فسدت فسد كله ألا وهي القلب"

Dalam sebuah hadits berbunyi: "Sesungguhnya didalam jasad itu ada segumpal daging. Jika ia

baik, maka baik pula seluruh jasadnya. Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasadnya. Ketahuilah bahwa ia adalah hati (jantung).”

5. Terhalangnya Cahaya Memasuki Hati

وقال سهل: "حرام على قلب أن يدخله النور وفيه شيء مما يكره الله عز وجل".

Sahl berkata: “haram atas hati untuk dimasuki cahaya sedangkan didalamnya terdapat hal-hal yang dibenci Allah ’Azza wa Jalla.”

B. Memperbaiki Niat

1. Berniat Baik Dalam Menimba Ilmu

الثاني: حسن النية في طلب العلم بأن يقصد به وجه الله تعالى والعمل به وإحياء الشريعة، وتنوير قلبه وتحلية باطنه والقرب من الله تعالى يوم القيامة والتعرض لما أعد لأهله من رضوانه وعظيم فضله.

Kedua, *Berniat baik dalam menimba ilmu yaitu dengan bermaksud untuk mendapatkan ridha Allah ta'ala, beramal atas dasar ilmu, menghidupkan syariah, menyinari hatinya, menghiasi batinnya, mendekatkan diri kepada Allah ta'ala pada hari kiamat dan meraih terhadap apa yang telah Allah siapkan untuk orang berilmu berupa ridhaNya serta kebesaran karuniaNya.*

2. Pernyataan Imam Ats-Tsauri

قال سفيان الثوري: "ما عالجت شيئاً أشد عليّ من نيتي".

Sufyan ats-Tsauri berkata: "tidaklah aku memperbaiki sesuatu yang lebih berat bagiku daripada niatku"

3. Larangan Berniat Untuk Tujuan Duniawi

ولا يقصد به الأغراض الدنيوية من تحصيل الرياسة والجاه والمال، ومباهاة الأقران، وتعظيم الناس له، وتصديره في المجالس ونحو ذلك، فيستبدل الأدنى بالذي هو خير.

Tidak meniatkan diri dalam menimba ilmu untuk mendapatkan kepentingan duniawi yang berupa kepemimpinan, kedudukan, harta kekayaan, berbangga diri dari teman-teman sejawatnya, pengagungan orang-orang kepadanya, menghadirkannya dalam berbagai majelis ilmu dan semisalnya, yang mana sejatinya dia telah menukar sesuatu yang baik dengan sesuatu yang lebih rendah

4. Pernyataan Abu Yusuf

قال أبو يوسف . رحمه الله .: يا قوم أريدوا بعلمكم الله تعالى فإني لم أجلس مجلسًا قط أنوي فيه أن أتواضع إلا لم أقم حتى أعلوهم، ولم أجلس مجلساً قط أنوي فيه أن أعلوهم إلا لم أقم حتى أفتضح.

Abu Yusuf -rahimahullah- berkata: "wahai kalian semua, tujukan lah dengan ilmu kalian semata-mata untuk Allah Ta'ala, karena sungguh tidaklah

aku duduk di suatu majelis ilmu yang aku niatkan padanya tawadhu', kecuali aku bangun dalam keadaan telah mendapat kemuliaan. Sebaliknya tidaklah aku duduk di satu majelis ilmu yang aku niatkan untuk mengalahkan mereka kecuali aku bangun dalam keadaan Alloh bukakan aibku"

5. Ikhlas Dalam Menimba Ilmu

والعلم عبادة من العبادات وقربة من القرب فإن خلُصَت فيه النية قُبِلَ وزكى ونمت بركته، وإن قصد به غير وجه الله تعالى حبط وضاع، وخسرت صفقته وبما تفوته تلك المقاصد ولا ينالها فيخيب قصده ويضيع سعيه.

Ilmu adalah sebuah ibadah dari berbagai ibadah yang ada dan pendekatan diri kepadaNya dari berbagai macam bentuk pendekatan, jika niatnya benar-benar ikhlas murni karena Allah, maka ilmunya diterima, tumbuh dan berkembang keberkahannya. Namun jika tidak dimaksudkan untuk mendapatkan ridha Allah ta'ala, maka ia lenyap dan sia-sia, serta perjuangannya merugi dan bisa jadi tujuan-tujuan tersebut sirna dan tidak meraihnya, maka tujuannya lenyap dan usahanya sia-sia

C. Memanfaatkan Waktu Sebaik-Baiknya

1. Memaksimalkan Usia Muda

الثالث: أن يبادر شبابه وأوقات عمره إلى التحصيل ولا يغتر بخدع التسويف والتأميل؛ فإن كل ساعة تمضي من عمره لا بدَلَ لها ولا عوض عنها

***Ketiga**, hendaknya menggunakan masa muda dan waktu-waktu dalam hidupnya untuk menimba ilmu, tidak tertipu oleh gemerlap dunia dan angan-angan, karena setiap waktu yang berlalu dari kehidupannya itu tidak ada gantinya.*

2. Mencegah Penghalang Untuk Menimba Ilmu

ويقطع ما يقدر عليه من العلائق الشاغلة والعوائق المانعة عن تمام الطلب وبذل الاجتهاد وقوة الجد في التحصيل فإنها كقواطع الطريق،

Mencegah sebisa mungkin terhadap ikatan-ikatan yang menyibukkan, dan rintangan-rintangan yang menghalanginya untuk menimba ilmu secara sempurna, serta mengerahkan segenap kemampuan dan meningkatkan keseriusan dalam menimba ilmu, karena sesungguhnya ia bagaikan pemotong jalanan

3. Anjuran Meninggalkan Keluarga & Merantau

ولذلك استحب السلف التغرب عن الأهل والبعد عن الوطن؛ لأن الفكرة إذا توزعت قصرت عن درك الحقائق وغموض الدقائق

Oleh karenanya, orang-orang terdahulu menganjurkan untuk meninggalkan keluarga dan merantau jauh dari kampungnya, karena jika pemikirannya terbagi-bagi, maka ia lemah untuk mengetahui berbagai hakikat dan berbagai perkara rinci yang rancu

4. Firman Allah QS. Al-Ahzab: 4

وما جعل الله لرجل من قلبين في جوفه

Allah tidak menjadikan seseorang dua hati dalam rongganya

5. Totalitas Terhadap Ilmu

وكذلك يقال: العلم لا يعطيك بعضه حتى تعطيه كلّك.

Begitu juga dikatakan: ilmu tidak memberimu sebagian darinya sampai engkau memberikan dirimu untuknya secara keseluruhan (totalitas)

6. Perjuangan Meraih Ilmu

ونقل الخطيب البغدادي في الجامع عن بعضهم قال: لا ينال هذا العلم إلا من عطّل دكانه، وخرب بستانه، وهجر إخوانه، ومات أقرب أهله فلم يشهد جنازته

Al-khatib al-Baghdadi menukil dalam Al-Jaami' dari sebagian ulama, dia mengatakan: ilmu tidak bisa diraih kecuali dia yang menutup warungnya, membiarkan kebunnya, meninggalkan saudara-saudaranya, dan kerabat keluarganya meninggal dunia namun tidak bisa melihat jenazahnya

وهذا كله وإن كانت فيه مبالغة فالمقصود به أنه لابد فيه من جمع القلب واجتماع الفكر.

Ini semua, sekalipun berlebihan namun maksudnya adalah penimba ilmu harus mengumpulkan segenap hatinya dan fikirannya untuk ilmu.

وقيل: أمر بعض المشايخ طالبًا له بنحو ما رواه الخطيب فكان آخر ما أمره به أن قال: اصبغ ثوبك كيلا يشغلك فكر غسله.

Ada yang berkata: sebagian guru memerintahkan seorang muridnya untuk melakukan seperti pendapat al-khatib, maka hal terakhir yang guru perintahkan kepadanya, dengan mengatakan:

Warnailah pakaianmu dengan warna gelap agar kamu tidak tersibukan untuk mencucinya.

ومما يقال عن الشافعي أنه قال: لو كُلِّفتُ شراء بصلة لما فهمت مسألة.

Diantara yang dikatakan dari Imam Syafi'i, bahwa beliau pernah mengatakan: kalau aku diminta membeli sebiji bawang merah, maka niscaya aku tidak memahami satu permasalahan.

D. Qanaah dan Sabar

1. Puas Dengan Kesederhanaan

الرابع: أن يقنع من القوت بما تيسر وإن كان يسيرًا، ومن اللباس بما يستر مثله وإن كان خلقًا

__Keempat__, Hendaknya merasa puas dengan makanan pokok yang mudah didapatkannya sekalipun hanya sedikit, dan pakaian yang menutupi auratnya dari yang setaraf dengannya, sekalipun tidak baru

2. Bersabar Atas Kesederhanaan Hidup

فبالصبر على ضيق العيش ينال سعة العلم ويجمع شمل القلب عن مفترقات الآمال فتتفجر فيه ينابيع الحكم.

Dengan bersabar atas kesederhanaan hidup yang dialami, dia mendapatkan keluasan ilmu. Dan dengan menyatukan fokus hati dari angan-angan yang berserakan, maka memancarlah sumber-sumber hikmah didalamnya.

3. Nasehat Imam Syafi'i -Rahimahullah-

قال الشافعي رحمه الله: لا يطلب أحد هذا العلم بالملك وعز النفس فيفلح، ولكن من طلبه بذل النفس وضيق

العيش وخدمة العلماء أفلح.

Imam Syafi'I Rahimahullah berkata: tidaklah seseorang menimba ilmu ini dengan kekuasaan dan kemuliaan jiwa yang dimiliki lalu bisa beruntung, akan tetapi siapa saja yang menimba ilmu dengan mengerahkan segenap jiwanya, hidup dalam kesederhanaan serta berkhidmah kepada para ulama, maka dialah yang beruntung.

وقال: لا يصلح طلب العلم إلا لمفلس، قيل: ولا الغني المكفي، قال: ولا الغني المكفي.

Beliau juga berkata: "tidak layak menimba ilmu kecuali bagi orang yang bangkrut". ada yang bertanya: "tidak juga bagi orang yang berkecukupan?". Beliau menjawab: "tidak juga bagi orang yang berkecukupan".

4. Nasehat Imam Malik -Rahimahullah-

وقال مالك: لا يبلغ أحد من هذا العلم ما يريد حتى يضربه الفقر ويؤثره على كل شيء.

Imam Malik Berkata: "tidaklah mampu seorangpun untuk menggapai ilmu ini sebagaimana yang diinginkan sampai dia merasakan kefakiran dan mengutamakan ilmu atas segala sesuatu"

5. Nasehat Imam Abu Hanifah -Rahimahullah-

وقال أبو حنيفة: يُستعان على الفقه بجمع الهم، ويستعان على حذف العلائق بأخذ اليسير عند الحاجة ولا يزد.

Imam Abu Hanifah berkata: "usaha meraih fiqih dapat dibantu dengan mengumpulkan tekad yang kuat, dan usaha memutus keterkaitan dengan dunia dapat dibantu dengan mengambil sedikit saja pada saat membutuhkan, tidak lebih dari itu."

فهذه أقوال هذه الأئمة الذين لهم فيه القدح المعلي غير مدافع، وكانت هذه أحوالهم رضي الله عنهم.

Ini adalah perkataan-perkataan para imam yang merupakan pioner di bidang ini tanpa ada yang membantah, dan demikianlah keadaan mereka -semoga Allah meridhoi mereka-.

6. Nasehat Al-Khatib Al-Baghdadi

قال الخطيب: ويستحب للطالب أن يكون عزبًا ما أمكنه لئلا يقطعه الاشتغال بحقوق الزوجية وطلب المعيشة عن إكمال الطلب

Al-Khatib berkata: dianjurkan bagi penimba ilmu agar membujang selama hal ini memungkinkan,

agar kesibukannya untuk memenuhi hak-hak keluarga dan mencari penghidupan, tidak mengganggunya untuk menyempurnakan dalam mencari ilmu.

7. Nasehat Imam Sufyan Ats-Tsauri

وقال سفيان الثوري: من تزوج فقد ركب البحر فإن ولد له ولد فقد كسر به

Suyfan As-Tsauri berkata: “siapa saja yang menikah, maka dia telah menyebrangi lautan. jika dia diberikan karunia anak, maka perahunya telah hancur disebabkan anaknya.”

8. Anjuran Membujang Saat Menimba Ilmu

وبالجملة فترك التزويج لغير المحتاج إليه أو غير القادر عليه أولى لاسيما للطالب الذي رأس ماله جمع الخاطر وإجمام القلب واشتغال الفكر.

Secara umum, tidak menikah bagi yang tidak membutuhkannya atau tidak mampu adalah lebih utama, apalagi untuk murid yang modal utamanya adalah konsentrasi (fokus), ketenangan hati dan aktifitas pikiran.

E. Management Waktu

1. Berharganya Sebuah Waktu

الخامس: أن يقسم أوقات ليله ونهار ويغتنم ما بقي من عمره فإن بقية العمر لا قيمة له.

__Kelima__: hendaknya membagi waktu siang dan malamnya, memanfaatkan sisa umurnya, karena sisa umur manusia tidak ternilai

2. Anjuran Cara Pembagian Waktu

وأجود الأوقات للحفظ الأسحار وللبحث الإبكار وللكتاب وسط النهار وللمطالعة والمذاكرة الليل.

dan waktu yang paling bagus untuk menghafal adalah waktu sahur, untuk mengkaji adalah pagi hari, untuk menulis adalah tengah hari, serta untuk membaca dan diskusi adalah malam hari.

3. Cara Pembagian Waktu Menurut Al-Khatib

وقال الخطيب: أجود أوقات الحفظ الأسحار ثم وسط النهار ثم الغداة.

Al-Khatib berkata: waktu yang paling bagus untuk menghafal adalah waktu sahur, kemudian tengah hari, kemudian pagi hari

4. Lebih Efektif Menghafal di Waktu Lapar

قال: وحفظ الليل أنفع من حفظ النهار، ووقت الجوع أنفع من وقت الشبع.

Beliau berkata: menghafal dimalam hari lebih efektif daripada menghafal disiang hari, dan waktu lapar lebih efektif daripada waktu kenyang.

5. Tempat Terbaik Untuk Menghafal

قال: وأجود أماكن الحفظ الغرف وكل موضع بعيد عن الملهيات.

Beliau berkata: tempat yang paling bagus untuk menghafal adalah kamar dan semua tempat yang jauh dari hal-hal yang melalaikan.

قال: وليس بمحمود الحفظ بحضرة النبات والخضرة والأنهار وقوارع الطريق وضجيج الأصوات لأنها تمنع من خلو القلب غالبًا.

Beliau berkata: bukanlah hal yang baik ketika menghafal didepan tumbuhan, pemandangan yang hijau, sungai, tengah jalan, dan suara yang berisik, karena pada umumnya hal tersebut menghalangi konsentrasi hati

F. Sedikit Makan

1. Kurangi Makan

السادس: من أعظم الأسباب المعينة على الاشتغال والفهم وعدم الملال أكل القدر اليسير من الحلال.

__Keenam__, diantara faktor terbesar yang membantu dalam proses menimba ilmu, memahami, menyingkirkan kejenuhan adalah mengkomsumsi yang halal dengan kadar ukuran yang sedikit.

2. Pernyataan Imam Syafi'i

قال الشافعي رضي الله عنه: ما شبعت منذ ست عشرة سنة

Imam Syafii berkata radhiyallahu 'anhu: aku tidak pernah kenyang sejak enam belas tahun yang lalu

3. Efek Samping Banyak Makan

وسبب ذلك أن كثرة الأكل جالبة لكثرة الشرب، وكثرته جالبة للنوم والبلادة وقصور الذهن وفتور الحواس وكسل الجسم، هذا مع ما فيه من الكراهية الشرعية والتعرض لخطر الأسقام البدنية.

Alasannya adalah karena banyak makan membuat

banyak minum, dan banyak minum menyebabkan banyak tidur, pikiran lambat, tidak optimalnya fungsi otak, berhentinya indera, dan malasnya tubuh. Hal ini juga berkenaan dengan kemakruhan dari sisi syariat dan risiko bahaya terhadap penyakit jasmani.

4. Untaian Syair

كما قيل:

فإن الداء أكثر ما تراه # يكون من الطعام أو الشراب

Sebagaimana dikatakan:

sesungguhnya kebanyakan penyakit yang kamu lihat # pemicunya berasal dari makanan dan minuman

5. Banyak Makan Bukan Sifat Wali dan Ulama

ولم ير أحد من الأولياء والأئمة العلماء يصف أو يوصف بكثرة الأكل ولا حمد به

Tidak ada seorangpun dari wali-wali Allah, para pemimpin umat dan para ulama yang mensifati atau disifati dengan banyak makan, sementara perbuatan tersebut tidaklah terpuji

6. Terpujinya Hewan Karena Banyak Makan

وإنما يحمد كثرة الأكل من الدواب التي لا تعقل بل هي

مرصدة للعمل،

sedangkan yang dipuji karena banyak makan hanyalah hewan yang tidak berakal, karena ia memang disiapkan untuk bekerja

7. Menggunakan Akal Dengan Bijak

والذهن الصحيح أشرف من تبديده وتعطيله بالقدر الحقير من طعام يؤول أمره إلى ما قد علم، ولو لم يكن من آفات كثرة الطعام والشراب إلا الحاجة إلى كثرة دخول الخلاء لكان ينبغي للعاقل اللبيب أن يصون نفسه عنه،

Akal pikiran yang sehat lebih mulia daripada sekedar disia-siakan dengan sesuatu yang terhina atau bernilai rendah, seperti makanan yang akibatnya telah diketahui. Kalaupun dampak buruk akibat banyak makan dan minum hanyalah berupa seringnya keluar-masuk WC, niscaya sudah cukup bagi orang berakal yang cerdas agar memelihara dirinya darinya (keluar masuk WC)

8. Mencari Sesuatu Yang Mustahil

ومن رام الفلاح في العلم وتحصيله البغية منه مع كثرة الأكل والشرب والنوم فقد رام مستحيلاً في العادة.

siapa saja yang menghendaki keberuntungan dalam hal ilmu dan meraih apa yang dicarinya, tetapi dengan banyak makan, minum, dan tidur, maka dia telah mencari sesuatu yang secara umum mustahil terjadi.

9. Porsi Makan

والأولى أن يكون أكثر ما يأخذ من الطعام ما ورد في الحديث عن النبي – صلى الله عليه وسلم –: "ما ملأ ابن آدم وعاءً شرًا من بطنه، بحسب ابن آدم لقيمات يُقمن صلبه، فإن كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه" رواه الترمذي.

Yang paling utama, hendaknya menjadikan maksimal porsi makan adalah sebagaimana yang terdapat di dalam hadits, dari nabi SAW beliau bersabda: anak adam tidak mengisi wadah yang lebih buruk daripada perut. Cukuplah bagi anak adam beberapa suapan yang menegakkan tulang sulbinya. Jika memang harus, maka sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minumnya, dan sepertiga untuk nafasnya (HR. Turmudzi)

10. Larangan Berlebih-lebihan

فإن زاد على ذلك فالزيادة إسراف خارج عن السنة وقد قال الله تعالى: { وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا } [الأعراف:

[31

Jika lebih dari itu, maka yang lebih ini adalah tindakan melampaui batas yang keluar dari koridor sunnah. Allah SWT berfirman: makan dan minumlah, dan jangan kalian berlebih-lebihan (QS. Al-A'raf: 31)

قال بعض العلماء: جمع الله بهذه الكلمات الطب كله.

Sebagian ulama berkata: Allah menyatukan semua masalah kesehatan dalam kalimat-kalimat ini

G. Bersikap Wara’

1. Memiliki Sikap Wara’

السابع: أن يأخذ نفسه بالورع في جميع شأنه ويتحرى الحلال في طعامه وشرابه ولباسه ومسكنه وفي جميع ما يحتاج إليه هو وعياله ليستنير قلبه ويصلح لقبول العلم ونوره والنفع به

__Ketujuh__, hendaknya memiliki sifat wara’ dalam segala urusannya, mengambil yang halal dalam makanan, minuman, pakaian, tempat tinggal dan dalam segala apa yang dia dan keluarganya butuhkan, untuk menerangi hatinya dan layak menerima ilmu, cahaya ilmu serta kebermanfaatan darinya.

2. Mencari Derajat Yang Tinggi

ولا يقنع لنفسه بظاهر الحل شرعًا مهما أمكنه التورع ولم تلجئه حاجة أو يجعل حظه الجواز بل يطلب الرتبة العالية.

Tidak menerima untuk dirinya terhadap apa yang menurut syariat secara dhohirnya halal, selama dia memungkinkan untuk menghindarinya dan tidak terdesak oleh kebutuhan atau menetapkan bagiannya yang diperbolehkan, akan tetapi

hendaknya mencari derajat yang tinggi

3. Meneladani Sikap Wara' Dari Para Ulama

ويقتدي بمن سلف من العلماء الصالحين في التورع عن كثير مما كانوا يفتون بجوازه

dan meneladani para ulama shalih terdahulu, dimana mereka bersikap wara' dibanyak perkara yang mereka memfatwakan akan kebolehannya.

4. Sikap Wara' Rasulullah SAW

وأحق من اقتدى به في ذلك سيدنا رسول الله – صلى الله عليه وسلم – حيث لم يأكل التمرة التي وجدها في الطريق خشية أن تكون من الصدقة مع بُعد كونها منها

Orang yang paling berhak untuk diteladani dalam perkara ini adalah sayyidina Rasulullah SAW, beliau tidak makan sebiji kurma yang beliau temukan dijalan karena takut ia adalah kurma sedekah, padahal jauh kemungkinan perkaranya demikian

5. Meneladani Ahli Ilmu

ولأن أهل العلم يقتدى بهم ويؤخذ عنهم فإذا لم يستعملوا الورع فمن يستعمله.

Dan karena keberadaan ahli ilmu itu untuk diteladani dan diikuti, jika mereka tidak

menggunakan sikap wara', lalu siapa yang menggunakannya

6. Menggunakan Rukhsah Pada Tempatnya

وينبغي له أن يستعمل الرخص في مواضعها عند الحاجة إليها ووجود سببها ليقتدي بهم فيه، "فإن الله يحب أن تؤتى رخصه كما يحب أن تؤتى عزائمه".

Hendaknya menggunakan rukhsakh (keringanan) pada tempatnya saat dibutuhkan dan saat ada sebab-sebabnya agar diteladani padanya, karena sesungguhnya Allah SWT menyukai manakala rukhsah-rukhsahnya (keringanan- keringanannya) dilakukan, sebagaimana Allah menyukai ketetapan-ketetapanNya dilakukan.

H. Kurangi Konsumsi Yang Tidak Sehat

1. Meminimalisir Makanan Tertentu

الثامن: أن يقلل استعمال المطاعم التي هي من أسباب البلادة وضعف الحواس كالتفاح الحامض والباقلا وشرب الخل، وكذلك ما يكثر استعماله البلغم المبلد للذهن المثقل للبدن ككثرة الألبان والسمك وأشباه ذلك.

Kedelapan, *hendaknya meminimalisir makanan yang merupakan sebab ketumpulan akal dan kelemahan fungsi indera seperti apel yang asam, baqilla (sejenis kacang-kacangan), dan minum cuka, demikian juga makanan yang menyebabkan banyaknya dahak yang menumpulkan otak, yang memberatkan badan seperti banyak minum susu, makan ikan, dan yang semisalnya.*

2. Konsumsi Penyebab Ketajaman Otak

وينبغي أن يستعمل ما جعله الله تعالى سببا لجودة الذهن كمضغ اللبان والمصطكى على حسب العادة، وأكل الزبيب بكرة والجلاب ونحو ذلك مما ليس هذا موضع شرحه.

Hendaknya menggunakan apa yang Allah SWT tetapkan sebagai sebab ketajaman otak seperti mengunyah liban (sejenis permen karet) dan mushthaka (sejenis damar) yang berdasarkan pada kebiasaan, mengkonsumsi kismis dipagi hari, julep (sejenis minuman manis), dan semisalnya, yang mana penjelasan tentangnya bukan disini tempatnya.

3. Hindari Yang Menyebabkan Lupa

وينبغي أن يجتنب ما يورث النسيان بالخاصة كأكل سور الفار, وقراءة ألواح القبور والدخول بين جملين مقطورين، وإلقاء القمل ونحو ذلك من المجربات فيه.

Hendaknya menghindari hal-hal yang menyebabkan lupa secara khusus seperti makan bekas sisa tikus, membaca papan (patok) kuburan, masuk diantara dua ekor unta yang dilumuri pelangkin, membuang kutu rambut dalam keadaan hidup dan yang semisalnya yang termasuk dalam perkara mujarabat.

I. Meminimalisir Waktu Untuk Tidur

1. Mengurangi Waktu Tidur

التاسع: أن يقلل نومه ما لم يلحقه ضرر في بدنه وذهنه،

***Kesembilan**, Hendaknya meminimalisir tidur selama hal itu tidak menimbulkan dharar (dampak negatif) pada tubuh dan otaknya*

2. Tidak Tidur Lebih Dari Delapan Jam

ولا يزيد في نومه في اليوم والليلة على ثمان ساعات وهو ثلث الزمان، فإن احتمل حاله أقل منها فعل.

Tidak tidur lebih dari delapan jam dalam sehari semalam, yaitu sepertiga waktunya, jika dirinya bisa tidur kurang darinya, maka hendaknya dia melakukannya.

3. Rekreasi Untuk Menghilangkan Kejenuhan

ولا بأس أن يريح نفسه وقلبه وذهنه وبصره -إذا كلّ شيء من ذلك أو ضعف- بتنزه وتفرج في المستنزهات بحيث يعود إلى حاله ولا يضيع عليه زمانه.

Boleh merehatkan diri, hati, otak dan matanya (manakala sebagian darinya lelah atau lemah) dengan rekreasi atau bersenang-senang ke tempat-tempat rekreasi sehingga dia pulih kembali

seperti semula dan tidak menyia-nyiakan waktunya.

4. Berjalan-Jalan dan Berolahraga

ولا بأس بمعاناة المشي ورياضة البدن به فقد قيل إنه ينعش الحرارة ويذيب فضول الأخلاط وينشط البدن.

Boleh berjalan-jalan dan berolahraga. Ada yang berkata, hal itu meningkatkan suhu tubuh, mengurangi kelebihan lemak dan menggiatkan tubuh.

5. Berhubungan Suami-Istri Jika Dibutuhkan

ولا بأس بالوطى الحلال إذا احتاج إليه، فقد قال الأطباء بأنه يجفف الفضول وينشط ويصفي الذهن إذا كان عند الحاجة باعتدال،

Boleh melakukan hubungan suami istri yang halal jika membutuhkannya, para tabib (dokter) menyatakan bahwa perbuatan tersebut dapat meringankan kelebihan berat badan, membangkitkan semangat dan mencerahkan pikiran pada saat membutuhkan dan dilakukan dengan seimbang

6. Hindari Belebih-lebihan Dalam Berhubungan

ويحذر كثرته حذر العدو فإنه كما قيل: (ماء الحياة

يصب في الأرحام) يضعف السمع والبصر والعصب والحرارة والهضم وغير ذلك من الأمراض الرديئة.

Namun hendaknya menghindari berlebih-lebihan melakukan hubungan suami-istri layaknya menghindari musuh, sebagaimana dikatakan: (air kehidupan yang ditumpahkan didalam Rahim) ia melemahkan pendengaran, penglihatan, saraf, suhu panas tubuh, pencernaan, dan penyakit-penyakit buruk lainnya.

والمحققون من الأطباء يرون أن تركه أولى إلا لضرورة أو استشفاء وبالجملة فلا بأس أن يريح نفسه إذا خاف مللاً.

Para peneliti dari kalangan para tabib (dokter) menyatakan bahwa meninggalkannya lebih baik kecuali karena kebutuhan mendesak atau dalam rangka upaya penyembuhan. Secara umum, boleh merehatkan diri manakala bosan.

7. Tradisi Sebagian Ulama Terhadap Muridnya

وكان بعض أكابر العلماء يجمع أصحابه في بعض أماكن التنزه في بعض أيام السنة ويتمازحون بما لا ضرر عليهم في دين ولا عرض.

Sebagian ulama-ulama besar mengumpulkan

murid-muridnya di beberapa tempat rekreasi disebagian hari dalam setahun, mereka bercanda bersendau gurau dengan sesuatu yang dibolehkan dalam agama, dan tidak merendahkan kehormatan.

J. Meninggalkan Pergaulan

1. Anjuran Meninggalkan Pergaulan

العاشر: أن يترك العشرة فإن تركها من أهم ما ينبغي لطالب العلم ولاسيما لغير الجنس وخصوصًا لمن كثر لعبه وقلت فكرته؛ فإن الطباع سراقة،

***Kesepuluh**, Hendaknya meninggalkan pergaulan, karena meninggalkannya termasuk perkara yang paling penting bagi penimba ilmu apalagi terhadap lawan jenis dan khususnya untuk orang yang banyak main-mainnya dan sedikit berfikir, karena tabiat manusia itu menular.*

2. Dampak Negatif Dari Pergaulan Yang Salah

وآفة العشرة ضياع العمر بغير فائدة وذهاب المال والعرض إن كان لغير أهل، وذهاب الدين إن كانت لغير أهله.

Dampak negatif pergaulan adalah waktunya terbuang sia-sia tanpa ada faidah, lenyapnya harta dan kehormatan jika dilakukan dengan orang yang tidak patut, dan hilangnya agama jika dilakukan dengan orang yang tidak punya agama.

3. Bergaul Kepada Orang Yang Benar

والذي ينبغي لطالب العلم أن لا يخالط إلا من يفيده أو يستفيد منه بما رُوي عن النبي – صلى الله عليه وسلم –: "اغد عالمِا أو متعلمًا ولا تكن الثالث فتهلك".

Yang layak bagi penimba ilmu, hendaknya tidak bergaul kecuali dengan orang yang diberi manfaat atau dia memperoleh manfaat darinya, sebagaimana diriwayatkan dari Nabi SAW: jadilah orang yang berilmu, atau penimba ilmu, dan jangan menjadi orang yang ketiga, maka kamu binasa.

4. Putuskan Hubungan Sejak Dini

فإن شرع أو تعرض لصحبة من يضيع عمره معه ولا يفيده ولا يستفيد منه ولا يعينه على ما هو بصدده فليتلطف في قطع عشرته من أول الأمر قبل تمكنها فإن الأمور إذا تمكنت عسرت إزالتها

Jika masuk atau terjebak dalam hubungan dengan seseorang yang mengakibatkan umurnya sia-sia bersamanya, dia tidak memberinya faidah dan tidak pula memperoleh faidah darinya, tidak membantunya dalam urusan menimba ilmu yang merupakan kesibukan utamanya, maka hendaknya memutuskan hubungan dengan orang tersebut

dengan lemah lembut sejak dini sebelum nantinya menjadi-jadi, karena jika sesuatu telah menguat, maka sulit memutusnya.

5. Ungkapan Dari Para Ahli Fiqih

ومن الجاري على ألسنة الفقهاء: الدفع أسهل من الرفع.

Sebagaimana ungkapan yang terucap dari para ahli fiqih: mencegah lebih mudah daripada menghilangkan.

6. Kriteria Orang Yang Dijadikan Rekan

فإن احتاج إلى أن يصحبه فليكن صاحبًا صالحًا دينًا تقيًا ورعًا ذكيًا كثير الخير قليل الشر حسن المداراة قليل المماراة إن نسي ذكره وإن ذكر أعانه وإن احتاج واساه وإن ضجر صبره.

Jika memerlukan rekan, hendaknya rekan tersebut adalah rekan yang shalih, kuat beragama, bertakwa, mempunyai sikap wara', bersih hatinya, banyak berbuat kebaikan, minim berbuat keburukan, baik pergaulannya dan sedikit berdebat (ngeyel). Manakala dia lupa, maka rekan tersebut mengingatkannya. Jika dia ingat, maka rekan tersebut membantunya. Jika dia membutuhkan, maka rekan tersebut menghiburnya. Jika dia jemuh (bosan), maka rekan tersebut menyabarkannya.

7. Nasehat Ali bin Abi Thalib RA

ومما يروى عن علي رضي الله عنه:

فلا تصحب أخا الجهل وإياك وإياه

Diantara apa yang diriwayatkan dari Ali RA:

Jangan berteman dengan orang bodoh, jauhilah dia

فكم من جاهل أردى حليمًا حين واخاه

Berapa banyak orang bodoh yang menjerumuskan orang yang toleran dikala berkawan dengannya

يقاس المرء بالمرء إذا ما هو ماشاه

Seseorang ditimbang dengan orang lain manakala dia berjalan bersamanya.

8. Nasehat Lain

ولبعضهم:

إن أخاك الصدق من كان معك

Sebagian dari mereka berkata:

Sesungguhnya saudaramu yang benar adalah orang yang bersamamu

ومن يضر نفسه لينفعك

Dan orang yang memudaratkan dirinya untuk memberimu manfaat

ومن إذا ريب زمان صدعك

Dan orang yang jika kejadian-kejadian zaman mencerai beraikanmu

شتت شمل نفسك ليجمعك

Dia mencerai beraikan kesatuan dirinya untuk menyatukanmu

Wallahu A'lam bis Shawab

□

Profil Penerjemah

Syafri Muhammad Noor lahir di Banyuasin, 22 agustus 1993. Pernah menempuh pendidikan agama di MtsN Popongan - Klaten, kemudian melanjutkan ke jenjang Aliyah di MAN PK - MAN 1 SURAKARTA. Dan lanjut di jenjang S1 yang ditempuh di Lembaga Ilmu Pengetahuan Islam dan Arab (LIPIA) Jakarta, Fakultas Syariah jurusan Perbandingan Madzhab. Disela-sela perkuliahan di LIPIA, penulis juga sempat nyantri beberapa tahun di pesantren Qalbun Salim Jakarta.

Sekarang penulis sedang menempuh pendidikan jenjang S2 di Institut Ilmu Al-Quran (IIQ) Jakarta, Progam Studi Hukum Ekonomi Syariah (HES).

Selain itu, saat ini beliau tergabung dalam Tim Asatidz di Rumah Fiqih Indonesia, sebuah institusi nirlaba yang bertujuan melahirkan para kader ulama di masa mendatang, dengan misi mengkaji Ilmu Fiqih

perbandingan yang original, mendalam, serta seimbang antara mazhab-mazhab yang ada.

Disamping aktif menulis, beliau juga menghadiri undangan dari berbagai majelis taklim baik di masjid, perkantoran atau pun di perumahan di Jakarta dan sekitarnya.

Penulis sekarang tinggal di Darul Ulum (DU) Center yang beralamatkan di Jalan Karet Pedurenan no. 53 Kuningan, Setia Budi, Jakarta Selatan. Untuk menghubungi penulis, bisa melalui media Whatsapp di 085878228601, atau juga melalui email pribadinya: syafrinoor22@gmail.com